

2024

PR  
EIS  
LI  
STE

**FÜR EINZIGARTIGE WALDERLEBNISSE  
UND ABSOLUTE ERHOLUNG**



## FÜR EINZELPERSONEN:

### - RELAX IN NATURE -

**Perfekt für Menschen, die ein einmalige Erlebnis, voller Entspannung und Erholung mit und im Wald erleben wollen.**

Du bekommst verschiedene Impulse und Ideen, wie du selber deine zukünftigen Waldaufenthalte entspannter und erholender gestalten kannst – ein Upgrade deiner Waldzeit sozusagen.

DAUER	2 Stunden
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	1 x erholsames & bewusstes Waldbaden + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen + entspannende Meditation zum Runterladen
PREIS	222 Euro inkl. USt.

---

### - RELAX IN NATURE HOCH 3 -

**Perfekt für Menschen, die gleich tiefer in den Wald und dessen immense Kraft eintauchen wollen, um die positiven Effekte der bewussten Waldzeit intensiver zu erleben und zu lernen, diese auch selber anzuwenden.**

Du bist zwar immer wieder im Wald, schaffst es aber trotzdem nicht, dich dort wirklich zu entspannen. Oder du gehst ungern alleine in den Wald. Oder du merkst, dass es dir schwerfällt, dir wirklich diese erholende Zeit zu nehmen und es für dich leichter ist, einen fixen Termin dafür zu haben.

DAUER	3 x 2 Stunden (im Abstand von ca. 2 Wochen)
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	3 x entspannendes & bewusstes Waldbaden + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen + entspannende Meditation zum Runterladen
PREIS	555 Euro inkl. USt.

---

### - DEEP DIVE INTO NATURE | LET GO AND GROW -

**Perfekt für Menschen, die ein „störendes“ oder unangenehmes Thema behandeln wollen, oder die vor einer Entscheidung stehen, ihren Weg finden wollen oder die das Gefühl haben, dass sie immer irgendetwas vor ihrem nächsten Schritt zurückhält.**

Die einzigartige Kombination aus dem achtsamen Naturaufenthalt und der Lösung von Blockaden mittels der effektiven EFT- Klopfakupressur bringt dich trotz intensiver, seelischer Tiefenarbeit im Anschluss noch ganz in die Entspannung und in die eigene Kraft, um frisch und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

DAUER	2,5 Stunden
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	1 x entspannendes & bewusstes Waldbaden + EFT-Klopfakupressur zu einem Thema deiner Wahl + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen + entspannende Meditation zum Runterladen
PREIS	276 Euro inkl. USt.



## FÜR GRUPPEN:

### - MINI GRUPPE | 2 PERSONEN -

Perfekt für Menschen, die nicht alleine kommen wollen und doch die Vorteile der Einzelsitzung „Relax in Nature“ (siehe S. 2) nutzen wollen.

DAUER	2 Stunden
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	1 x entspannendes & bewusstes Waldbaden zu Zweit + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen + entspannende Meditation zum Runterladen
PREIS	insgesamt 288 Euro inkl. USt.

---

### - MIDI GRUPPE | 3 - 6 PERSONEN -

Perfekt für eine Gruppe von Menschen, die in einer kleinen, feinen Runde das einzigartige Erlebnis von der Kraft des Waldes erfahren wollen. Perfekt als Geschenk oder Geburtstagsfeier.

DAUER	2,5 Stunden
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	1 x entspannendes & bewusstes Waldbaden + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen
PREIS	insgesamt 456 Euro inkl. USt.

---

### - MAXI GRUPPE | 7 - 10 PERSONEN -

Perfekt für eine etwas größere Gruppe von Menschen, die diese wertvolle, erholende und bewusste Zeit im Wald als gemeinsames und unvergessliches Erlebnis erfahren wollen.

DAUER	3 Stunden
ORT	Salzburg oder Lofer
INKLUSIVE	1 x entspannendes & bewusstes Waldbaden + kleines Handbuch mit Impulsen und Übungen
PREIS	insgesamt 588 Euro inkl. USt.

**+ Upgrade auf ein Halbtages-Erlebnis** mit einer gemeinsamen Jause oder Kaffeepause mit selbstgemachten Snacks mit Zutaten des Waldes und der Natur.

DAUER	4,5 Stunden
PREIS	insgesamt 708 Euro inkl. USt.

---

## FÜR FIRMEN:

### - ALS TEAMBUILDING / FIRMEN-INCENTIVE / PROGRAMM FÜR WORKSHOPS ODER TEAM-SEMINARE | FÜR MAX. 10 PERSONEN -

DAUER	2-3 Stunden
ORT	individuell je nach Firmenstandort
PREIS	auf Anfrage

## **- DU MÖCHTEST BUCHEN? -**

Schreibe mir dazu gerne eine Mail an [hallo@waldweile.at](mailto:hallo@waldweile.at)

## **- KONTAKT -**

Franziska Leitner  
waldweile - Achtsamkeitstraining im Wald  
Unken / Lofer / Salzburg  
[hallo@waldweile.at](mailto:hallo@waldweile.at)

### *Wichtig:*

*Nichts, was in den Inhalten von mir enthalten ist, ist dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren oder zu behandeln. Ich bin keine Ärztin und gebe daher auch keine medizinischen oder gesundheitlichen Heilversprechen ab.*

*Die Inhalte dürfen nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden.*

*Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer ihre behandelnde Ärztin.*